**اعوذ بالله من الشیطن الرجیم**

**بسم الله الرحمن الرحیم**

# جادوی شیاطین (قسمت دوم)

**در این قسمت؛ مراحل یوگا بطور ریزتر مورد بحث قرار می گیرد**

## ۱) عرفانهای شرقی

**انسان همیشه برای نجات و رهایی خود از رنج و دردهای جسمانی و مشکلات روحی و روانی خود به دنبال راهی بوده است. برای همین هم در دوره‌های گوناگون به روش‌های مختلفی روی آورده است. یکی از روش‌هایی که از دیرباز مردم به آن روی آورده‌اند عرفانهای شرقی است که شامل مواردی مانند یوگا، مدیتیشن و مراقبه میباشد. تبلیغات گسترده‌ای در سراسر جهان برای این نام ها شده است. ولی واقعا اینها چی هستند و چه چیزی در پشت پرده این مرام های مرموز و رازآلود جود دارد. همانگونه که می‌دانید با افزایش این روش‌ها هیچ مشکلی حل نشده و هیچ تغییری نیز در جوامع به وجود نیامده است. آیا کسی که به این مرام‌ها روی می‌آورد آگاهی و دانش کافی در مورد آنها دارد یا نه. و چگونه انسان می‌تواند بدون آگاهی کافی به عرصه‌ای وارد شود که از پایان و هدف آن خبری ندارد.**

## ۲) تاریخچه یوگا

با توجه به ذات پنهان کار آموخته های یوگا نقاط مبهم و نامفهومی در این مورد وجود دارد. تاریخچه یوگا به گفته بعضی مورخان به پنج هزار سال قبل بر می‌گردد و حتی برخی مورخان نیز اعتقاد دارند که تاریخچه یوگا به ده هزار سال پیش بر می‌گردد.

واژه یوگا که به معنی وحدت و یگانگی است اولین بار در متون وداها که شامل اشعار و مانتراها و آیین‌ها بود، استفاده گردید البته همین متون پر از نفرین ها و ادعیه های سحرانگیز می باشد که به وسیله این سحر و جادوها سعی میشود بر مشکلات جسمانی و روحی فائق شد. کاهنان ودایی و برهمن‌ها نیز از آنها استفاده میکردند. و سپس همین برهمن‌ها اعمال و اعتقادات خود را در اوپانیشاد (کتب مقدس) مکتوب کردند. اوپانیشاد ایده قربانی‌های آیینی را از وداها اقتباس کرد و آن را درونی‌سازی کرد، به این صورت که قربانی‌کردن نفس از طریق خودآگاهی و خودشناسی با انجام اعمال (یوگا)، را آموزش داد.

تا آن زمان یوگا ترکیبی از ایده‌ها، اعتقادات و فنون گوناگون بود که اغلب با یکدیگر در تعارض بودند و یکدیگر را نقض می‌کردند. سپس پاتانجلی اعمال یوگا را در قالب یک «مسیر هشت شاخه» سازماندهی کرد، و گام‌ها و مراحلی را که در راستای دستیابی به سامادهی(سامادهی-Samadhi) یا روشنگری نیاز بودند در آن جای داد.

### ۳) یوگا خود را به کشورهای توسعه یافته رساند

چند قرن پس از پاتانجلی، اساتید یوگا مجموعه‌ای از اعمال و تمرینات را با هدف جوان‌سازی تن و افزایش طول عمر پدیدآوردند و شاید هم جاودانگی بدنی هدف غایی بوده است و همچنین اندام جسمانی را به عنوان ابزاری برای دستیابی به روشنگری پذیرفتند و هدف از این اعمال شکستن گره‌هایی بود که ما را در وجودیت جسمانی‌مان محصور کرده‌اند.

و درنهایت در قرون اخیر یوگا از هندوستان که مبدا اصلی اش بود به سایر کشورها و همچنین غرب راه پیدا کرد و پیروان زیادی را یافت. در سراسر جهان تبلیغات زیاد و پر از کلمات جذب کننده و وسوسه کننده ای رواج پیدا کرده است و مردم بدون آگاهی به این عرصه پای می‌گذارند. ولی واقعا یوگا چیست و چه چیزی در پس پرده این مرام رازآلود وجود دارد.

### ۴) چاکراها چیست؟

قبل از هر چیز باید کمی در مورد چاکراها بدانیم و اینکه چاکرا چیست؟

یوگا اغلب از تصاویر یک درخت با ریشه‌ها، تنه، شاخه‌ها، شکوفه‌ها و میوه‌ها استفاده می‌کند. هر «شاخه» یوگا نشان‌دهندۀ کانونی متفاوت و مجموعه‌ای از صفات است. واژه «چاکرا» در زبان سانسکریت یعنی «چرخ» یا «صفحه گرد» ، اما در واقع این واژه

به یک مرکز انرژی روحانی در درون بدن انسان اشاره می‌کند که بنابر نظریات هفت چاکرای اصلی در امتداد ستون فقرات، و در گردن و فرق سر قرار دارند این مراکز در قدیمی ترین متون وداها یافت می‌شود.. البته مراکز چاکرای فرعی زیادی در سراسر بدن وجود دارد مانند دست و پا و ... ولی این هفت مرکز اصلی مهم ترین آنها هستند. هرکدام از این مراکز چاکرایی با اندام‌های خاص بدن و همچنین شرایط جسمانی، عاطفی، روانی، و روحانی خاصی مرتبط هستند و تمام جنبه‌های زندگی را تحت تاثیر قرار می‌دهند. درون این چاکراها «پرانا» یا به عبارتی انرژی شفابخش نهایی قرار دارد که اطراف ما را کاملا احاطه کرده و در درونمان نیز وجود دارد، تا ما را شاد، سلامت و پرنشاط نگه‌دارد. هنگامی که چاکراها باز و مرتب باشند، انرژی ما به طور پیوسته و آزاد جریان می‌یابد و به پرانا این امکان را می‌دهد که در چاکراها جریان پیدا کند.

## ۵) هفت چاکرای اصلی

هفت چاکرای اصلی در امتداد ستون فقرات تا فرق سر قرار دارند. که از پایین ستون فقرات به سمت بالا شامل موارد زیر می باشند:

چاکرای اول: چاکرای ریشه که در انتهای ستون فقرات، کف لگن، و سه مهره نخست ستون فقرات قرار دارد. یعنی پایین ترین بخش ستون فقرات، تقریبا همان استخوان

دنبالچه. که مربوط به تحرک و انجام فعالیت ها می باشد. و همچنین مربوط به اعتماد بنفس می باشد.

چاکرای دوم: چاکرای ساکرال(خاجی) که با توجه به اسمش پیداست که در بخش استخوان خاجی قرار دارد. و به موازات دستگاه تناسلی قرار دارد. و مربوط به انرژی جنسی می‌باشد.

چاکرای سوم: چاکرای شبکه خورشیدی که در ناحیه میان ناف تا قفسه سینه(موازات معده) قرار دارد، و بر تمامی موارد مربوط به سوخت‌وساز بدن، گوارش، و شکم حاکم است. که بر نیروی اراده فردی،حل یک مسئله که ذهن ما را به خود مشغول کرده، قدرت شخصی، و تعهدمندی متمرکز است.

چاکرای چهارم: همان چاکرای قلب که در مرکز سینه قرار دارد و نشان‌دهنده محل اتصال بعد جسمانی و روحانی است. البته بعضی هم این چاکرا را مربوط به عشق می‌دانند و می گویند هنگامی که چاکرای قلب شما تراز و متعادل باشد، عشق و شفقت آزادانه جریان می‌یابند.

چاکرای پنجم: چاکرای گلو، مرتبط با بازگوکردن واقعیت درونی است به ما کمک می‌کند که بتوانیم اندیشه، احساسات، نیازها و به عبارتی شخصیتمان را ابراز کنیم. این چاکرا اولین مورد از سه چاکرایی است که به عنوان چاکراهای منحصرا معنوی شناخته می‌شوند ( بر خلاف چاکراهای پایین‌تر، که خود را به روش‌های جسمانی‌تر بروز می‌دهند).

چاکرای ششم: چاکرای پیشانی یا چشم سوم از لحاظ جایگاه جسمانی در میان ابروها قرار دارد، که مربوط به بصیرت می‌باشد. چشم سوم مسئول تمام مواردی است که میان شما و جهان خارج جریان دارد و نیز مانند پلی بین این دو (شما و جهان خارج) عمل می‌کند. این چاکرا به شما این امکان را می‌دهد تا هرگونه توهمات و هیجانات بدون کنترل را کنار زده و به تصاویر روشن و واقعی دست پیدا کنید. در واقع این چاکرا نقطهٔ ارتباط میان دو جریان مهم انرژی در بدن است.

چاکرای هفتم: چاکرای تاج سر، مرکز روشنگری و ارتباط روحانی ما با نسخه‌های والاترخودمان، دیگران، و تله پاتی و در نهایت با نیروی بالاتر است. گفته می‌شود هنگامی که این چاکرا تراز باشد، ادراکاتی که درون شما رخ می‌دهند در امتداد خطوط هوشیاری خالص آگاهانه هستند ، یکپارچه و دربرگیرنده همه چیز. که اساسا بزرگ‌تر از خودتان است ولی همچنان بخشی از یک جهان بسیار عظیم است.

به هر کدام از چاکراهای گفته شده رنگ ها و نت های مختلفی نیز انتساب داده شده است که رنگ ها از چاکرای اول به هفتم شامل ( قرمز، نارنجی، زرد، سبز، آبی آسمانی، آبی لاجوردی و بنفش) است و نت های موسیقی از چاکرای ریشه به سمت تاج سر شامل هفت نت موسیقی می باشد(Do, Re, Mi, Fa, Sol, La, Si) و همچنین به هر چاکرا سنگ متفاوتی نیز نسبت داده شده که تمامی این نمادها نشان دهنده این است که چاکرا ها با آهنگ و جریان طبیعت هماهنگ هستند.

## ۶) چاکراها در حیوانات

چاکراها در تمام حیوانات نیز وجود دارد و مختص به انسان نیست و لزومی ندارد که ما آن ها را تنظیم کنیم حیوانات هیچ گونه اطلاعی از این چاکراها ندارند. ولی بدنشان هم درست کار می‌کند. چاکرا ها جریان طبیعی بدن هستند و مرتبط با فرایند عصبی بدن انسان می باشد اکنون دانشمندان به این نتیجه رسیده اند که هر گونه اشکال در سیستم عصبی، بخشی از بدن را دچار مشکل میکند و از طرفی دیگر افسردگی و عصبانیت و فشارهای عصبی به دلیل اختلال در کار اعصاب، هر کدام قسمتی از بدن را دچار مشکل می‌کنند.

## ۷) چرا عرفانهای شرقی اصرار دارند که مردم باید چاکراها را باز کنند

ولی چرا در عرفان شرقی اصرار بر این است که مسیر چاکراها را باز کنیم؟ آیا خدای بزرگ طبیعت را کامل خلق نکرده است چرا ما سعی کنیم که طبیعت را به حالت درست در بیاوریم. و در کار خدا دخالت کنیم. آیا بهتر نیست ما به جای آن سعی نماییم ویژگی های بد و رذایل اخلاقی خود را اصلاح نماییم. آیا با دستکاری چاکرا ما کنترل خود را نسبت به محیط از دست نمی دهیم و بزرگترین موهبتی که خدا به ما داده است و آنهم اراده می باشد را از دست خود خارج نمی کنیم؟

## ۸) یوگی میخواهد که به وحدت و یگانگی با انرژی کیهانی برسد

عرفان شرقی می گوید که از طریق یوگا ما می‌توانیم با نیرو های شعورمند که در طبیعت وجود دارند ارتباط برقرار کنیم و به این وسیله کارهای خارق العاده انجام بدهیم. و به نیرویی بالاتر وصل بشویم و به وحدت و یگانگی با انرژی کیهانی برسیم. وحدت و یگانگی که بعضی از شعرا و فیلسوفان به آن اشاره کرده اند چیست؟ و می گویند که کسی که به این وحدت و یگانگی برسد در این دنیا به بالاترین درجه و لذت می رسد که حالتی ناب است.

یوگا به عنوان ورزش ذهن شناخته می‌شود و عموم مردم هم آن را به عنوان یک ورزش در نظر می‌گیرند ولی خود اساتید یوگا و پژوهشگران آن را به عنوان یک راه معنوی و پر از اسرار می‌دانند. وضعیت های بدنی که در آموزشگاه ها و مراکز یوگا انجام می‌شود نقطه شروعی برای ورود به یک مسیر پر از ابهام و عجیب و غریب است.

## ۹) شیوا تعلیم دهنده یوگا بوده است

شیوا تعلیم دهنده اصلی یوگا بوده است. در اعتقادات هندویی شیوا خدای مرگ و نابودی است و در مجسمه‌ها و تصویرها با جمجمه‌های آویخته به گردن در حالت لوتوس(وضعیت بدنی یوگا) به تصویر کشیده می‌شود و اغلب برای او چشم سوم را

میان دو ابرو رسم می‌کنند که نمادی از روشن‌بینی است. تعالیم یوگا برای این است که کندالیتی از درون فعال شود، کندالینی یعنی مار پیچیده در پایین ستون مهره‌ها نهفته و بیداری و برانگیختگی او موجب بالاآمدن از ستون فقرات و رسیدن به شیوا خواهد شد به اعتقاد اساتید یوگا کندالیتی همان نیروی نهفته در انسان می باشد. همیشه وقتی فردی در مورد یوگا حرف می‌زند سعی میکند آن را رمزآلود بیان کند و از عباراتی وسوسه برانگیز استفاده کند تا فرد مقابل نیز جذب بشود. ولی خود اساتید یوگا هم همیشه هدف یوگا را به گونه ای بیان می کنند که مخاطب دوست داشته باشد. و هیچ وقت هم خود اساتید نمی‌توانند بیان و توضیح کاملی را از هدف یوگا بیان کنند فقط می گویند باید خودتان تجربه کنید.

## ۱۰) شاعران هم مثل یوگی ها فکر میکنند

بعضی از شاعران هم همیشه به گونه ای سعی دارند مرحله ای از عرفان را به تصویر بکشند که نهایت و غایت لذت و دنیا است. و با رفتن به آن مرحله به وحدت می‌رسیم. بعضی از فیلسوفان و شاعران تفکر را زائد می‌دانند و می گویند که تفکر مانع رسیدن به وحدت می شود. و باید فکر متوقف شود . حتی در متون مربوط به هیپنوتیزم مرحله آخر هیپنوتیزم همان توقف فکر می باشد.

شاید انجام یک سری وضعیت های بدنی تاثیرات بدنی و ذهنی داشته باشد اما هدف یوگا چیزی فراتر از این‌ها می‌باشد. حتی گهگاه وقتی به اساتید یوگا گفته می‌شود که

**اجرای این وضعیت های بدنی هیچ تاثیری بر سلامتی نداشته در پاسخ می گویند که وضعیت های بدنی کافی نیست! بلکه باید با تنفس و مراقبه به درون رفت و بیرون و درون را با هم هماهنگ کنیم. و به ندای درون گوش فرا دهیم. یعنی ما را به مراحل بعدی دعوت می کنند. و نوعی وسوسه برای انسان ایجاد می شود تا برای تاثیر کامل قدم به مراحل بعدی بگذارد. یک شاعر هم در دیوان شعرش؛ مدام یک مساله را با روشهای مختلف بیان میکند و البته در نهایتش همچنان سر در گم و حیران است.**

## ۱۱) دگرگونی ارزشها

**دگرگونی ارزشهای انسانی هدف اصلی یوگا است و با این کار می‌توان به درون راه یافت. اساتید یوگا و مدیتیشن می‌گویند که باید نسبت به بدی ها و خوبی ها بی تفاوت باشید و قضاوت نکنید و به جای تعقل و اندیشه به ندای درون گوش فرا بدهید کلیه فنون یوگا متوجه همین نکته است، یعنی انجام دادن عکس آنچه که آدمی بدان خوگرفته است. در واقع واژگونی کلیه ارزش‌های انسانی، هدف واقعی یوگا است. در حالیکه بر اساس تعالیم اسلام انسان نباید نسبت به اطراف خود بی توجه و بی تفاوت باشد. انسان باید نسبت به ظلم و ستم واکنش نشان بدهد و یا اینکه انسان باید به ضعیفان کمک کند و هر جا که توانست خوبی بکند.**

## ۱۲) یوگا نماد میسازد

نوعی وحدت و ارتباط با نیروهای شیطانی از طریق یکسری نمادها و رمزها، هدف نهایی یوگا است. و اهداف کوچکی مانند سلامتی و زیبایی فقط اهداف کوچکی هستند که برای جذب افراد به کار برده می‌شود. کسی از پتنجلی می‌پرسد هدف یوگا چیست؟ او پاسخ می‌دهد: «هدف یوگا رسیدن به اتحاد قوای سه گانه: جسم، روان و روح است که به منظور بیداری کندالینی(نیروی نهفته در انسان) و رسیدن به مرحله سامادهی انجام می‌گیرد» او در یوگا سوتره می‌نویسد: «یوگا متوقف کردن هرگونه آگاهی و فعل و انفعالات ادراکی است».

## ۱۳) مرحله اول یوگا: تحریف و تغییر معانی

مرحله اول: یاما یوگا و نیاما یوگا، که در این مرحله از عباراتی فریبنده برای جذب افراد استفاده می‌شود عباراتی مانند اینکه باید از دزدی و دروغ و شهوت‌رانی دوری کنیم و یکسری کارها را انجام بدهیم مانند پاکیزگی و قناعت و قربانی کردن و .... ولی این فقط ظاهر کلمات است ولی زمانی که به همین کلمات ورود پیدا می‌کنیم می‌بینیم که مفاهیم متفاوتی با باور و اعتقادات ما دارند تصوری که ما از پاکیزگی داریم به گونه ای دیگر است ولی درتعالیم یوگا به گونه ای دیگر،مثلا برای پاکیزگی

فرد باید آب نمک را بخورد و سپس آن را استفراغ کند و یا نخی را از سوراخ بینی رد کند و از سوراخ دیگر بیرون بیاورد و چیزهایی شبیه به این که مشخص می شود این کلمات فریبنده فقط برای جذب افراد می باشد. و خود این فعالیت ها هم خیلی بی معنا و بدون فایده هستند فقط قصد دارند که اراده فرد را به سمت مراحل بعد سوق بدهند و این تلاش خود معنا و مفهوم زندگی را کم کم از ذهن فرد خارج می کند فرد هیچ وقت از خودش نمی پرسد که اجرای این موارد چه سودی برای انسانیت و جهان و جامعه دارد و حالتی از خود خواهی را در فرد به وجود می آورد که برای رسیدن به هدف خود هر چیزی را انجام بدهد جالب اینجاست یکی از مفاهیم دوری از خود خواهی است که خیلی هوشمندانه فرد بدون اینکه متوجه باشد در دام خودخواهی می افتد. زیرا یک فریب بزرگ زمانی میسر است که قدم به قدم باشد و به گونه ای باشدکه فرد نداند دارد فریب می خورد.

## ۱۴) مرحله دوم یوگا: حرکات یوگا؛ نوعی سمبل و نماد است برای فراخواندن شیاطین

مرحله دوم : آسانا یوگا، شناخته شده ترین بخش یوگا در حال حاضر همین وضعیت های بدنی هستند که در سراسر جهان مورد استفاده قرار می‌گیرد. البته این را بدانیم انجام وضعیت های بدنی بالاخره یک سری فوایدی نیز خواسته یا ناخواسته دارا میباشد که بازهم برای جذب افراد می‌باشد ولی در مقابل ضرر بزرگی که به دنبال آن

دارد را نیز باید مد نظر داشته باشیم. قاعدتا ورزش های بسیار زیادی وجود دارد که خیلی بهتر سیستم قلبی عروقی و سیستم تنفسی و سیستم های عضلانی را به فعالیت وا می‌دارد ولی در یوگا گاهی بدون توجه به سیستم عضلانی فرد و اینکه چه اختلالات جسمانی دارد هر وضعیتی که استاد میگوید باید انجام شود پس باید بیشتر بیاندیشیم. شاید وحدت و قدرت های ذهنی و ارتباط با نیروهای بالاتر به نوعی فرد را جذب کنند و اکثرا هم ادعاهای بزرگی وجود دارد و ادعا دارند که بیماری های زیادی را می توان درمان کرد که از نظر علمی اثبات هم نشده است هر زمان کسی بگوید که با انجام وضعیت های بدنی اثری حاصل نکرده، آنگاه فرد را تشویق به انجام مراحل بعدی و عمیق تر میکنند و می گویند که تنها انجام این وضعیت های بدنی کافی نیست بلکه باید به درون رفت. البته خود این وضعیت های بدنی هم اگر بیشتر مورد کنکاش قرار گرفته شوند متوجه می شویم که خود یک نوع اجرای مراسم آیینی و عبادی است هر کدام از وضعیت ها نوعی ستایش الهه های قدیم و اسطوره های کهن مانند ستایش الهه خورشید در حرکت سلام بر خورشید می باشد و یا سایر وضعیت‌ها نیز هر کدام فلسفه خود را دارا است . پس اگر بیشتر تعمق بکنیم متوجه میشویم این وضعیت ها نوعی نماد و سمبل هستند که برای ارتباط با نیروی برتر و به صورت بسیار دقیقی انتخاب شده اند. آساناها، نمادهایی هستند که رمزهایی را منتقل می‌کنند و فرد را در ارتباط با آن چیزی قرار می‌دهند که در یوگا به‌نام آگاهی برتر یا شعور کیهانی معرفی می‌شود. در واقع انجام آساناها فرد را در یک ارتباط ناشناخته با موجوداتی ناشناخته قرار می‌دهد که به‌عنوان آگاهی برترمعرفی شده‌اند. موجوداتی

که در ادامه از او خواسته می‌شود که بدون هیچ فکر، میل و اراده و تشخیصی در برابرشان تسلیم محض باشند، تا به نهایت یوگا برسند.

اکثر افراد وقتی به آنها می گوییم نماز بخوانند تنبلی کرده و یا اینکه می گویند که نماز چه فایده ای دارد ولی همین افراد وقتی در مورد یوگا حرف زده شود سریع جذب شده و کل ماجرا را باور می‌کنند، یا اینکه وقتی در مورد خدای بزرگ حرف می‌زنیم ناراحت می‌شوند ولی وقتی در مورد نیروی کیهانی صحبت می‌شود خیلی با انگیزه و دقت گوش میدهند. خیلی تعجب آور است که هر دوحالت درمورد نیروی بالاتر است ولی آنها ناخودآگاه به سمت نیروی کیهانی پیش میروند و یا اینکه به نیروی کائنات اعتقاد دارند ولی به وجود خدای یکتا ایمان ندارند. آیا این مسئله چیز عجیب و غریبی نیست؟

## ۱۵) مرحله سوم یوگا: حالت خلسه و تلقین پذیری

مرحله سوم: پرانایاما، که برنامه تنفسی یوگا است. این برنامه تنفسی به صورت دقیق طراحی شده است. با اجرای برنامه تنفس ، مغز و بدن انسان کند و آرام عمل می‌کند، حتی با تنفس عمیق، ضربان قلب و گردش خون هم کندتر می‌شود. این وضعیت، ذهن را به حالت خلسه ( تلقین پذیری کامل)نزدیک می‌کند و غده هیپوفیز را برای ترشح هرمون‌های توهم‌زایی نظیر سروتونین فعال می‌کند چنین فردی بسیار

تلقین‌پذیر است و ذهنش با داشتن کمترین قدرت تشخیص و تصمیم، آماده پذیرش هر چیزی است. افرادی که هیپنوتیز می‌شوند، در این حالت قرار دارند.

شباهت بسیار زیادی بین هیپنوتیزم و مراحل یوگا وجود دارد در هیپنوتیزم هم ابتدا فرد را با قول ها و ادعاهای عجیب و غریب جذب می‌کنند و قتی فرد قبول کرد که هیپنوتیزم شود و این یعنی باور به نیروهای بالاتر و تسلیم فرد هیپنور شدن. و پس از آن عضلات در حالت ریلکس قرار می گیرد  با استفاده از تنفس های عمیق ، ضربان قلب و گردش خون کاهش پیدا کرده و فرد در حالت خلسه قرار می گیرد. در حالت خلسه میزان تلقین پذیری فرد بسیار افزایش پیدا می کند.

پرانایاما فرد را آماده می‌کند، تا پاسخ رمزهایی را دریافت نماید که از طریق آساناها ارسال کرده در واقع فراخوانی موجودات ناشناخته به‌عنوان آگاهی برتر، با وضعیت پرانایاما، به ارتباطی از آنسو تبدیل می‌شود. در این حالت تمرکز روی سمبل‌های خدایان، یا تکرار نام‌های آنها( اکثرا کلمات بی معنا) و مانتراهایی که به نوبه‌ی خود دارای ابعاد سمبولیک و رمزگونه هستند، به ارتباط با موجودات ناشناخته فراخوانده شده کمک می‌کنند که خدایان یا آگاهی کیهانی می‌نامند. تنفس کند و تاثیرات فیزیولوژیکی آن، سیستم حفاظتی هوشیاری و ارادی فرد را به رخوت می‌برد و او آماده اثرپذیری از هر منبع القا کننده‌ی خارجی می‌شود.

در هیپنوتیزم منبع القاکننده فرد هیپنور است ولی اگر به مراحل بالاتر برسد گاهی کنترل فرد از دست فرد هیپنور هم خارج می شود.

اراده و تعقل انسان مهمترین نیروهایی هستند که انسان می تواند با بزرگترین دشمن خود یعنی شیطان به کار برد ولی زمانی که انسان خود را در حالت تلقین پذیری قرار می‌دهد و آماده فرامین و دستورات او می شود چه چیزی بهتر از این برای شیطان وجود دارد که ما خود را در اختیار او قرار دهیم.

## ۱۶) مرحله چهارم یوگا: ورود به دنیای توهم و خیالات

مرحله چهارم: پراتی هارا، مرحله‌ای است که ابعاد غیر انسانی و بلکه ضد انسانی یوگا در آن به‌تدریج آشکار می‌شود «پراتی‌هارا پیروی کردن حواس از ذهن از طریق عقب راندن حواس پنجگانه است» جدا کردن ذهن از دنیای واقعیت‌ها و تسلط ذهن بر حواس موجب می‌شود که چیزی را ببینی یا بشنوی یا احساس کنی که ذهن فرمان می‌دهد. ورود به دنیای توهمات و تخیلات؛ این توهمات ذهن را از ادراک واقعیات بازمی‌دارد و یک قدم به توقف نزدیک می‌کند. زیرا قبلا حواس اطلاعات را به ذهن میبرد و ذهن این اطلاعات را تجزیه و تحلیل می کرد و بعد از پردازش ادراک می کرد و بعد از ادراک پاسخ حرکتی مناسب را به اندام های بدن می فرستد و اندام ها هم فعالیت و پاسخ مورد نظر را انجام میدهد.

ذهن دریافت کننده و تحلیل‌گر داده‌های حسی است و ذهن برای این ساخته شده که ادراکات ما را مدیریت کند، آنها را دریافت، تجزیه، تحلیل، داوری، گزینش،

تصمیم‌گیری و انتخاب کند و نتایج عملی به بار آورد. خارج کردن ذهن از این موقعیت طبیعی بسیار دشوار است.

راهی که یوگا پیشنهاد می‌کند، این است که در ابتدا، ذهن را دچار سردرگمی کنیم و بعد او را به توقف واداریم. ایجاد تردید و توهم در ذهن از این طریق امکان‌پذیر است که ورودی‌های او تغییر داده شود. به عبارت دیگر اگر تاکنون حواس اطلاعاتی را در اختیار ذهن قرار می‌دادند، لازم است که از طریق منبع دیگری که در یوگا با نام آگاهی برتر معرفی می‌شود، اطلاعات به او داده شود. به‌طور طبیعی یک ذهن آگاه و هوشیار در مواجهه با ورودی‌های موهوم، در قیاس با ورودی‌های واقعی و حسی که از اندام های مختلف به ذهن میرسد، دچار تردید نمی‌شود زیرا ورودی های حسی و احساس دنیای اطراف باعث می شود ما واقعیت و دروغ را از هم تفکیک کنیم. وقتی ما ارتباط حسهای اندام ها را با ذهن قطع کنیم، ذهن در سردرگمی میان وهم و واقعیت گرفتار شود و مرز میان واقعیت و وهم را گم کند. در این حالت می‌توان او را از فعالیت و انجام وظایف طبیعی بازداشت.

پراتی‌هارا موجب می‌شود که خدمات حواس به ذهن تضعیف شود و نظام ادراکی انسان به‌صورت معکوس عمل کند، کاهش عملکرد حسی موجب محرومیت حسی و آغاز توهمات دیداری و شنیداری است اگر ذهن ورودی‌های حسی را در اختیار داشته باشد می‌تواند این توهمات را مدیریت کند. در غیر این صورت اگر این ورودی‌ها بسته شود و قرار شود به‌صورت خروجی‌های ذهن عمل کند، ذهن نیازمند ورودی

**جدیدی خواهد بود. منبع ورودی‌های جدید آگاهی برتر است. در واقع به‌جای اینکه ذهن بر اساس ورودی‌های حسی عمل کند، بر اساس ورودی‌های آگاهی برتر (آگاهی کیهانی)عمل می‌کند. این تغییر کارکرد ذهن که با هدف توقف ذهن انجام می‌شود، تفاوتی بنیادین را به‌دنبال می‌آورد و آن این است که ذهن تحلیل‌گر، داوری کننده و آزاد، به ذهنی پذیرنده و تسلیم، ناتوان از داوری و عاجز از تصمیم‌گیری تبدیل می‌شود، به بیان دیگر ذهن در بند آگاهی برتر قرار می‌گیرد.**

**در این شرایط موجود ناشناخته با نام آگاهی برتر بیشتر می‌تواند بر وجود انسان مسلط شود و از طریق ذهن و القائات ذهنی، کنترل سیستم احساسی، ادراکی و حرکتی، فرد را در اختیار بگیرد. در واقع ذهن بر حواس مسلط نیست، بلکه به گفته پتنجلی: «تسلط بالاتری بر حواس وجود دارد» و انسان به‌سمتی حرکت می‌کند که به یک موجود تسخیر شده تبدیل شود.**

## ۱۷) مرحله پنجم یوگا: خالی کردن ذهن و تکیه بر یک موضوع

**مرحله پنجم: دهارنا،**

**چهار مرحله ی قبلی مراحل بیرونی بودند و زمینه را برای سه مرحله بعد فراهم میکنند. دهارنا که تمرکز بر روی یک موضوع به منظور خالی کردن ذهن از سایر موضوعات است. در واقع می‌توان دهارانا را بیرون راندن سایر موضوعات و تصورات**

ذهنی با تکیه بر تصور یک موضوع دانست. این موضوع هر چیزی می‌تواند باشد، یک تصویر، یک نام، یک صدا، یک شیء و یا یک شخص. در اصل دهارنا کانونی کردن ذهن بر یک نقطه(موضوع) است.

## ۱۸) مرحله ششم یوگا: مراقبه

**مرحله ششم: دیانا،**

در این حالت سایر موضوعات از ذهن رانده شده و تنها یک موضوع باقی مانده است. در حالت دایانا ذهن دو مشغولیت دارد، یکی موضوع مورد مراقبه و دیگری خود آگاهی نسبت به مراقبه. یعنی اینکه شخص متوجه خودش است که روی یک موضوع مراقبه می‌کند و سایر موضوعات را کنار گذاشته است.

## ۱۹) مرحله هفتم یوگا: وحدت وجود و احساس تناسخ

**مرحله هفتم: سامادهی،**

در مرحلۀ بعد که سامادهی نام دارد، خودآگاهی از مراقبه محو می‌شود و فقط موضوع باقی می‌ماند. گویی که شخص با موضوع مراقبه یکی شده و از دوگانگی مراقبه کننده و موضوع مراقبه خبری نیست «موقعی که فقط موضوع بدون خودآگاه شخص ظاهری

می‌شود، آن حالت تبدیل به سامادهی می‌گردد» به این ترتیب سه مرحله‌ی دهارانا، دیانا و سامادهی عبارت است از تلاش برای برون راندن سایر موضوعات، سپس تمرکز خودآگاهانه روی یک موضوع و در نهایت کنار رفتن خودآگاهی نسبت به تمرکز و تنها ماندن موضوع در ذهن.

خود سامادهی نیز دو سطح دارد: سطح اول سامادهی که در آن یک موضوع وجود دارد و یوگی در آن موضوع محو شده و خودآگاهی‌اش را از دست داده است. بنابراین هنوز فکر یکسره متوقف نشده و موضوعی در ذهن باقی مانده است، اگرچه غیر از آن هیچ چیزی در ذهن نیست، حتی به این‌که روی یک موضوع متمرکز شده هم توجهی ندارد؛ سطح دیگر، سامادهی این است که آن موضوع هم از بین رفته و فقط حالت محو شده‌گی وجود دارد. در حقیقت اینجا توقف کامل ذهن صورت گرفته است و اثری از موضوع ذهنی و صاحب ذهن نیست به این ترتیب یوگی در تاریکی مطلق و خلاء محض فرو می‌رود. نه اندیشه‌ای و نه اندیشنده‌ای هیچ‌یک وجود ندارد.

در یوگا این حالت خلاء و توقف اندیشه و ذهن را برابر با تجربه‌ی آگاهی برتر یا روح برتر می‌دانند. زمانی‌که فکر و اندیشه و گوهر حقیقی وجود انسان وا می‌ماند و باز می‌ایستد، آگاهی برتر و گمشده‌ی یوگا پیدا می‌شود. آگاهی برتر نوعی آگاهی و قدرت ناشناخته است، که بر شعور و اراده یوگی مسلط می‌شود و دیگر یوگی خودش نیست.

### ۲۰) یوگی در نهایت به تناسخ خواهد رسید و فکر میکند که زندگی او حاصل تناسخ است

در تلقی یوگا از ذهن یا «چیتا» لایه‌های نیمه هشیار و ناهشیار ذهن که به گمان یوگی‌ها خاطرات زندگی‌ها و تناسخ‌های گذشته را دربردارد، بخشی از ذهن محسوب می‌شود. به این ترتیب ذهن همه ظرفیت‌های آگاهی بشر را فرا می‌گیرد.

با سرکوب شدن ذهن در مراحل سامادهی، اساس و پایه همه معرفت‌ها و شناخت‌های انسانی از بین می‌رود. اساساً مبنای درک خود به‌عنوان یک موجود آگاه و فاعل شناسایی زیربنای همه‌ی معرفت‌های ما است. هر شخصی وقتی حضور خود را در هستی درک می‌کند و می‌فهمد که هستی، هست و به این ترتیب بدیهی‌ترین گزاره معرفت‌شناختی را کشف می‌کند، خود را به‌عنوان یک موجود آگاه و شناسنده می‌یابد. توقف خودآگاهی در سامادهی این زیربنا را فرو می‌ریزد و شخص در دنیایی از حیرت و تاریکی فرو می‌رود. در این شرایط فرق میان هست و نیست را متوجه نمی‌شود و حتی میان اوهام ساخته‌ی ذهن و حقایق آفرینش تفاوتی نمی‌گذراد. به همین علت یکی از راه‌های رسیدن به سامادهی استفاده از گیاهان مخدر و توهم‌زا بوده «نیروهای یوگایی از تولد، گیاهان، مانتراها، ریاضت‌ها یا سامادهی به وجود می‌آیند» که امروزه با داروهای روان‌گردان دنبال می‌شود.

## ۲۱) فرآیند هیپنوتیزم هم شبیه یوگاست

در هیپنوتیزم هم پس از آنکه فرد به هیپنوتیزم ترغیب شود و با استفاده از وعده های جذب کننده فرد تصمیم می‌گیرد هیپنوتیزم شود. به صورت ارادی خود را در اختیار فرد هیپنوتیزم کننده قرار می‌دهد. و در ابتدا با تمرینات ریلکسیشن و آرام سازی عضلات و اندام های فرد ریلکس می‌شوند و سپس با استفاده از تنفس های منظم و کنترل شده و عمیق ضربان قلب و جریان خون کاهش داده می‌شود و همین امر موجب رفتن به حالت خلسه می‌شود که در این حالت فرد در حالتی قرار می گیرد که تلقین پذیری بالایی دارد. سپس فرد هیپنوتیزم کننده با تلقینات خود فرد را وا میدارد که بر سر یک موضوع متمرکز شود و ارتباط حواس فرد با ذهن قطع می‌شود برای همین دمای اندامها پایین می‌آید و اگر در این مرحله دست فرد را بالا بیاوریم و رها کنیم دست فرد پایین می افتد و یا درحالت عمیق تر اگر سوزنی را بر دست فرد وارد کنیم حس نمی‌کند و در نهایت فرد به مرحله ای می‌رسد که ذهن فرد در تاریکی قرار می گیرد و فقط کلمات فرد هیپنوتیز کننده شنیده می شود ولی نکته ای که هست فرد هیپنوتیزم کننده تسلط کامل را بر فرد ندارد زیرا موجودات شیطانی و اجنه نیز می‌توانند در این حالت بر فرد تاثیر بگذارند زیرا فرد کاملا مسخ شده و هر چیزی که در فضای تاریک ذهن او باشد به عنوان واقعیت تلقی می‌کند . برای همین گاهی کنترل فرد از دست هیپنوتیزم کننده خارج می‌شود. و هر آنچه که در حافظه تاریخی فرد باشد و مواردی که اجنه القا میکنند به عنوان واقعیت تلقی میکنند.

## ۲۲) مرحله نهایی یوگا

**یعنی در مرحله سامادهی فرد به درجه ای می رسد که با توجه به اینکه چشم و گوش و قلب دارد ولی هیچکدام از این اندام ها کار نمی‌کنند و فرد در ظلمات و تاریکی اجنه وشیاطین را معبود خود قرار می‌دهد.**

**خیلی از عرفا به این مرحله رسیده بوده اند و به همین خاطر ابن عربی میگوید که : هوای نفسانی بالاترین معبود است. همانطورکه خدا هم فرموده‌است: آیا دیدی آن کس را که هوای خود را معبود خود گرفته است.**

أَفَرَأَيْتَ مَنِ اتَّخَذَ إِلَٰهَهُ هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ اللَّهُ عَلَىٰ عِلْمٍ وَخَتَمَ عَلَىٰ سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ عَلَىٰ بَصَرِهِ غِشَاوَةً فَمَنْ يَهْدِيهِ مِنْ بَعْدِ اللَّهِ أَفَلَا تَذَكَّرُونَ (۲۳)پس آیا دیدی کسی را که هوس خویش را معبود خود قرار داده و خدا او را دانسته گمراه گردانیده و بر گوش او و دلش مهر زده و بر دیده اش پرده نهاده است آیا پس از خدا چه کسی او را هدایت خواهد کرد آیا پند نمی گیرید (۲۳)

وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِنَ الْجِنِّ وَالْإِنْسِ ۖ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا ۚ أُولَٰئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ ۚ أُولَٰئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ(۷-۱۷۹)

## ۲۳) مرحله وحدت وجود

**و محققا بسیاری از جن و انس را برای جهنم آفریدیم، چه آنکه آنها را دلهایی است بی‌ادراک و معرفت، و دیده‌هایی بی‌نور و بصیرت، و گوشهایی ناشنوای حقیقت، آنها مانند چهارپایانند بلکه بسی گمراه‌ترند، آنها همان مردمی هستند که غافل‌اند.**

**یعنی در مرحله سامادهی و توقف فکر که آن را درجه وحدت و نهایت غایی می دانند خدا در این مرحله می گوید که از حیوان هم پایین تر هستند. آیا این تضاد جالب نیست. زیرا از اساسی ترین نعمت های خدا که به وسیله آن می توانیم خود را نجات بخشیم دوری می کنیم و آگاهانه خود را در آن می اندازیم. به همین خاطر انسان در این مراحل یوگا ، حتی از حیوانات هم پایین تر است زیرا از آنچه خدا بهش داده است بهره ای نمی برد.**

فَرِيقًا هَدَىٰ وَفَرِيقًا حَقَّ عَلَيْهِمُ الضَّلَالَةُ ۗ إِنَّهُمُ اتَّخَذُوا الشَّيَاطِينَ أَوْلِيَاءَ مِن دُونِ اللَّهِ وَيَحْسَبُونَ أَنَّهُم مُّهْتَدُونَ

جمعی را هدایت کرده؛ و جمعی (که شایستگی نداشته‌اند،) گمراهی بر آنها مسلّم شده است. آنها (کسانی هستند که) شیاطین را به جای خداوند، اولیای خود انتخاب کردند؛ و گمان می‌کنند هدایت یافته‌اند!

**یعنی خیلی جالب است این افراد اتفاقا خود را هدایت یافته می دانند در حالیکه کاملا گمراه هستند.**

آیه: ٣٦ وَلاَ تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولـئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْؤُولاً
ترجمه:
و از آنچه به آن علم نداري پيروي مكن ، چون گوش و چشم و دل ، همه ي اينها مورد بازخواست قرار خواهد گرفت.

**به نظرشما بهتر نیست که از چیزی که به آن علم نداریم پیروی نکینم؟ چرا بسیاری از افراد بدون اینکه آگاهی کافی داشته باشند وارد عرصه ای می شوند که دارای مشکلات زیادی است . ولی همین افراد اگر به آنها گفته شود خدای بزرگ را عبادت کنید قلبشان پر زاتنفر می شود.**

وَإِذَا ذُكِرَ اللَّهُ وَحْدَهُ اشْمَأَزَّتْ قُلُوبُ الَّذِينَ لَا يُؤْمِنُونَ بِالْآخِرَةِ ۖ وَإِذَا ذُكِرَ الَّذِينَ مِنْ دُونِهِ إِذَا هُمْ يَسْتَبْشِرُونَ

و چون نزد مردم بی‌ایمان به آخرت، خدا را به یکتایی یاد کنند (آنها از ذکر حق) سخت ملول و دلتنگ می‌شوند و هرگاه ذکر غیر خدا (از بتها و امور مادی) کنند خرّم و دلشاد می‌گردند.

**این همه دشمنی با خدای بزرگ چرا؟**

**(در قسمتی از تعاریف هفتگانه یوگا از سایت** https://www.pezeshkyemrooz.com **گرفته شده است)**